

En vous remerciant de votre  
confiance  
et en vous souhaitant une bonne  
convalescence.

 CLINIQUE DU  
**grand avignon**

## LIVRET PATIENT

Conseils  
Post-Opératoires  
après chirurgie  
**des varices.**

 CLINIQUE DU  
**grand avignon**

## Adresses et numéros utiles :



### Cabinet des Docteurs Berteau et Rovani :

Tel : 04.90.15.12.90

Adresse : 325 avenue Charles de Gaulle  
30133 Les Angles

En cas d'urgence : de 7h15 à 19h15 : 04.90.15.12.90  
de 19h15 à 7h15 : 04.90.25.93.26

### Cabinet des Docteurs Deleuze, Dubois et Gauthier : (anesthésistes)

Tel : 04.90.25.25.25

Adresse : 325 avenue Charles de Gaulle  
30133 Les Angles

En cas d'urgence : de 7h15 à 19h15 : 04.90.25.25.25  
de 19h15 à 7h15 : 04.90.25.93.26

En cas de gravité extrême, il faut appeler le SAMU au 15.

Madame, Monsieur,

Vous venez d'être opéré(e) des varices.

A travers ce livret, vous trouverez certaines recommandations et conseils afin de favoriser votre convalescence.

A la suite de la lecture, si vous avez des questions, n'hésitez pas à demander conseil auprès de l'équipe soignante ou de votre chirurgien.





### Recommandations importantes :

Vous ne devez pas conduire, ni rester seul pendant les 24 premières heures.

Vous devez garder vos bas autofixants ou collants en permanence pendant les 24 premières heures, puis, du lever au coucher pendant trois semaines. Après, vous pourrez les quitter progressivement.

Vous devez suivre le traitement qui vous a été prescrit à la sortie par le chirurgien, notamment le traitement anti-douleur.

Votre médecin traitant a été prévenu de votre intervention chirurgicale et va recevoir votre compte rendu opératoire dans les meilleurs délais.



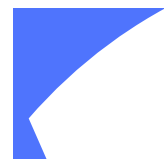
### Important :

Vous constaterez la survenue d'hématomes sur les membres inférieurs, fréquents après cette opération, cela est normal.

De plus, le trajet des veines enlevées peut rester dur et un peu enflé pendant quelques jours. Cela correspond à l'hématome qui va progressivement se résorber en quelques semaines.

Si la cicatrice située au pli de l'aîne devient inflammatoire ( plaie rouge, douloureuse, et oedématisée), consultez votre chirurgien.

Un traitement contre la douleur vous a été prescrit par votre chirurgien. Vous devez suivre ces prescriptions à la lettre. Notamment ne pas « oublier » de prendre le traitement préventif, même si vous n'avez pas mal au moment de la prise . Si la douleur n'est pas soulagée par les antalgiques , contactez votre chirurgien afin qu'il réévalue votre traitement.



Les stéristrips (petites bandes autocollantes posées sur les mini-incisions) peuvent se décoller, vous pouvez en remettre.

A partir du troisième jour post-opératoire, vous pouvez laisser vos plaies à l'air libre sauf si cela vous gêne.

Les fils seront ôtés au cabinet du chirurgien. La date vous sera donnée par celui-ci.

Attention : pour les patients allergiques à l'iode ou intolérants à la Bétadine, utilisez les produits prescrits par votre chirurgien.



### Ce que vous pouvez faire :

La marche est un bon exercice qui favorise la circulation veineuse. C'est pour cela qu'à partir du lendemain de l'intervention, vous devez faire deux séances de marche par jour, d'une heure chacune et ce, tous les jours.

Vous pouvez sortir, vaquer à vos occupations habituelles.

Vous pouvez vous doucher dès le lendemain de l'intervention, sans trop s'attarder sur les cicatrices.

Vous pouvez conduire sur de petits trajets, à partir du deuxième jour si vous vous en sentez capable.

Vous pouvez allonger les jambes sur un tabouret, plutôt que de les laisser pendantes. La nuit vous pouvez également surélever les pieds de votre lit d'une quinzaine de centimètres.



### Ce que vous ne pouvez pas faire :

Evitez les stations debout, immobiles ou assises jambes pendantes prolongées.

Les bains sont déconseillés avant l'ablation des fils et les activités à la piscine sont à proscrire pendant trois semaines.

Evitez les efforts physiques importants pendant trois semaines (sports, jardinage, etc....).

Evitez le contact direct avec le soleil sur vos jambes.

### Vos soins :

Votre chirurgien vous a fait une prescription si vous avez besoin d'une infirmière libérale pour vos pansements. Néanmoins en respectant quelques règles, vous pouvez vous les changer vous-même.

Ayez toujours les mains propres avant de toucher vos plaies.



A partir du lendemain de l'intervention et pendant trois jours, vous devez vous doucher avec la Bétadine Scrub (rouge).

Enlever les pansements, douchez vous à la Bétadine Scrub (rouge), séchez vous délicatement et tamponnez vos plaies avec une compresse imbibée de Bétadine Dermique (jaune), laissez sécher puis recouvrez d'un pansement sec.